



ورقة عمل كن أكثر وعياً بغضبك



ضعي الكلمات التالية في الفراغ :

الإحباط- الضيق – نعم – لا – ثانوية – متفاوتة – ذكاء

1- يعد الشعور بالغضب أمراً طبيعياً -----

2- نشعر بالغضب بدرجات -----

3- يتراوح شعور الغضب من شعور ب----- ثم شعور

ب-----

4- المهم أن نفكر بطرائق ماهرة تساعد على التعامل معه

ب-----.

5- الغضب عاطفة -----

